

## 図書館

北図書館 〒331-0812 宮原町1-852-1 ☎669・6111 ☎669・6115  
 宮原図書館 〒331-0811 吉野町2-195-1 ☎662・5401 ☎653・8563  
 大宮西部図書館 〒331-0825 櫛引町2-499-1 ☎664・4946 ☎667・7715

### ..... 北図書館 .....

#### ■おはなし会

日時 5月13日～6月3日の毎週水曜日  
 16時～16時30分  
 会場 イベントルーム  
 対象 3歳以上の子どもとその保護者  
 定員 各30人(当日先着順)

#### ■あかちゃんおはなし会

日時 5月27日(木)～29日(金)  
 11時～11時30分  
 (いずれも同じ内容です)  
 会場 プラザノース ユーモアスクエア映写室  
 対象 3歳以下の子どもとその保護者  
 定員 各20組(先着順)  
 申込み 5月13日(木)の9時から、直接又は電話で、同図書館へ。

#### ■ノースシネマサロン

日時 5月23日(土) 14時～15時  
 会場 プラザノース ユーモアスクエア映写室  
 内容 「終着駅まで 秋田内陸縦貫鉄道」ほか  
 定員 60人(当日先着順)

### ..... 宮原図書館 .....

#### ■あかちゃんおはなし会

日時 5月14日(木) 11時～11時30分  
 対象 2歳以下の子どもとその保護者

#### ■おはなし会

日時 5月28日(木) 15時30分～16時  
 対象 3歳以上の子どもとその保護者  
**《共通》**  
 会場 宮原コミュニティセンター3階  
 第6集会室

定員 25人(当日先着順)

### ..... 大宮西部図書館 .....

#### ■おはなし会

日時 5月13日～27日の毎週水曜日  
 15時30分～16時  
 対象 3歳以上の子ども(保護者同伴であれば、3歳未満でも参加できます)

#### ■あかちゃんおはなし会

日時 5月13日(木) 11時～11時30分  
 対象 2歳以下の子どもとその保護者

#### 《共通》

内容 絵本の読み聞かせ、  
 手あそび、わらべ  
 うた など



## 児童センター

宮原児童センター 〒331-0812 宮原町4-66-13 ☎・☎667・3808  
 植竹児童センター 〒331-0805 盆栽町430 ☎・☎652・3247  
 本郷児童センター 〒331-0802 本郷町1065-3 ☎・☎664・7551

	事業名	日時	対象	備考
宮原	にこにこひろば	5/15(金) 11:00～11:50	1歳以上の未就学児とその保護者	内容：体操、手遊び、お花紙遊び、4・5月生まれのお誕生会
植竹	ハイハイサロン	5/13～6/3の毎週水曜日 11:00～11:40	1歳未満の子どもとその保護者	内容：おしゃべりタイム、親子でふれあい遊び
本郷	一輪車タイム	毎週日曜日 11:00～11:30	小学生以下の子ども (未就学児は保護者同伴)	持ち物：上履き ※一輪車の台数には限りがあります(大小20台)。 一輪車をお持ちの方は、一輪車とぞうきんを持参してください。

☆センターだよりは、ホームページでも確認できます。 ☎<http://www.saicity-j.or.jp/tayori.html>

## 公民館

日進公民館 〒331-0823 日進町2-1195-2 ☎・☎663・6611

	事業名	日時	対象・定員	申込み
日進	集まれママ!! for beginners ～おしゃべり・学び(病気 や事故)・運動～ (託児あり)	6/18～7/2の毎週木曜日 (全3回) 10:00～11:30	6か月以上1歳6か月未満の 乳幼児とその保護者 10組 (応募多数の場合は、抽せん)	6月1日(月)～9日(火)の9時～17時に、直接、電話、 ファクス又は生涯学習情報システムで、同公民館へ。

☆さいたま市生涯学習情報システム ☎<https://gakushu.city.saitama.jp/>

## コミュニティセンター

日進公園コミュニティセンター 〒331-0823 日進町1-312-2 ☎・☎664・4078

	事業名	日時	対象・定員・費用	申込み
日進公園	文字入力からはじめる パソコン講座	6/11(木)・12(金)(全2回) 10:00～16:00	市内在住又は在勤の方 20人 (応募多数の場合は、抽せん) 2,000円	往復はがき(1人1通)で、講座名、郵便番号、住所 (在勤の方は勤務地も)、氏名(ふりがな)、電話番号 を記入し、5月18日(月)(必着)までに、同コミュ ニティセンターへ。



# 北区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、北区在住の方です。相談は電話でも行っています。
- ・母子保健の各学級の参加は、1人の子どもに対し1回のみです。

※会場名がない事業は、北区保健センターが会場です。

北区役所 3階  
申込み・問合せは  
TEL 669・6100  
FAX 669・6169

事業名	日時	内容	対象	申込み
産婦・ 新生児訪問	随時 ※土・日・祝休日・年末 年始(12/29~1/3) を除く。	助産師又は保健師の訪問 による育児相談や身長・ 体重の測定	生後1か月くらいまでの赤ちゃん とその母親(里帰り出産で期間内に市 内に居住している方も含む)	母子健康手帳別冊内の「出生連絡票」の訪 問希望「有」に○印をつけて郵送するか、 電話又はファクスでご連絡ください。

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
赤ちゃんdeKITA☆ (母親学級・両親学級) 定員 ①②25人 ③30組 (先着順)	① 6/3(水) 13:30~16:00 ② 10(水) 9:55~14:30 ③ 20(土) 9:15~12:00 ※①~③で1コース。 なお、③のみ参加も可能です。	初めてお母さん・お父さんになる 方が、妊娠・出産・育児などにつ いて友達づくりをしながら楽しく学 び、赤ちゃんのお風呂の入れ方を 実習する。	初めてお産をする方で、出産 予定日が令和2年7月21日~ 11月16日の方 ※①②は妊婦のみ、③は妊婦とその 夫の参加	5/11(月)9:00~ ※③のみ申し込む 場合は、5月25日 (月)の9:00~
母子保健 育児学級 定員 30組(先着順)	6/12(金) 9:30~11:20	友達作りをしながら、育児につ いて楽しく学び、親子のふれあいを 深める。	令和2年2・3月生まれの 赤ちゃんとその保護者 ※第1子優先。第2子以降は5/27(水) の9時から申込み開始。	5/13(水)9:00~
離乳食教室 定員 35人(先着順)	6/18(木) 13:30~14:50	離乳食の進め方、作り方、試食、 お口のケアについてなど。	令和2年1・2月生まれの 赤ちゃんの保護者	5/20(水)9:00~
育児相談(乳児期)	5/28(木) 9:30~10:30 13:30~14:30	・身長・体重測定、保健師・管理栄養士・ 歯科衛生士などによる育児相談 ・母子健康手帳、替えおむつ、バ スタオルを持参 ※乳児期・幼児期のきょうだいがいる方は、 どちらか都合のよい日をお選びください。	奇数月生まれの1歳未満の 赤ちゃんとその保護者 偶数月生まれの1歳未満の 赤ちゃんとその保護者	当日、直接、 会場へ。
育児相談(幼児期)	5/27(水) 9:30~10:30		1歳以上の未就学児と その保護者(生まれ月問わず)	



大宮アルディージャ  
提携講師による

## 親子で運動 ~かけっこのコツ~

日時 6月14日(日) 10時~12時(受付は9時40分から)  
会場 北区役所2階 B会議室  
内容 親子で一緒に運動や「かけっこ」の練習、体組成  
測定、呼気中の一酸化炭素濃度測定  
対象 区内在住の小学生とその保護者  
定員 15組(先着順)  
申込み 5月19日(火)の9時から、電話又は  
ファクスで、北区保健センターへ。



「自分発見!」  
チャレンジupさいたま  
スタンプ対象事業です。

## お子さんの歯が生えたら むし歯予防教室

日時 6月4日(日)  
9時45分~10時30分、  
11時~11時45分  
会場 北区保健センター  
内容 ▶規則的な食生活や歯みがき習慣  
を学ぶ ▶お子さんのむし歯の原  
因となる菌のチェック  
対象 平成31年1月~令和元年7月生まれ  
の子どもとその保護者  
定員 各12組(先着順)  
申込み 5月12日(火)の9時から、電話又はファ  
クスで、北区保健センターへ。



- 歯が生えたらどうやって歯のケアをし  
たら良いかわからない
- うまく仕上げみがきができない

【こんなお悩みも解消できます】

## 5月31日~6月6日は 禁煙週間です



加熱式電子たばこも含め、たばこには有害物質が含まれており、喫煙は様々な病気や障害の原因になります。喫煙者本人のためばかりでなく、受動喫煙防止のためにも、ぜひこの機会に禁煙しましょう。

保健センターでは、禁煙外来の紹介など禁煙に向けたアドバイスを行っています。お気軽にご相談ください。